

ман, обратный вызов, изменение темпа схватки), а также их смена и различные сочетания в зависимости от обстоятельств, складывающихся по ходу схватки.

В поединках самого высокого уровня часто возникают ситуации, осложняющие выполнение заранее планируемых действий, причем связанные не только с поведением противника, но также и судей (их оценок технических действий и поведения борцов).

Недостаточно подготовленный, не обладающий сильной волей и опытом борец в сложных ситуациях теряется, отступает от своего тактического плана, начинает действовать хаотично. Тем самым, он попадает под влияние противника, образно говоря, начинает выполнять его тактический план. Реализация тактического плана действий в поединке – это по сути навязывание противнику своей тактики и подчинение своей воле. Именно для этого борец должен в совершенстве владеть своими техническими действиями, способами их тактической подготовке, иметь высокую функционально-физическую и психологическую подготовку, что в конечном счете, обеспечит ему превосходство над противником и реализацию своего тактического плана.

МОТИВАЦИОННЫЕ УСТАНОВКИ ТРЕНЕРА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ МИНИ-ФУТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ В УНИВЕРСИТЕТЕ

*Мухлядо В.К., Треско С.А.
г. Минск, Республика Беларусь*

Therefore at forming and rallying of command teachers that play role of trainers conduct different educator conversations

Современные тенденции в образе жизни студенческой молодежи свидетельствуют нам о невысоком уровне их двигательной ежедневной активности. Последствия данной проблемы таковы, что у молодежи 17–21-летнего возраста наблюдается низкий уровень развития двигательных качеств, высокая вероятность развития различных заболеваний. Анализ фундаментальных работ в области теории и методики физического воспитания позволяет сделать вывод о том, что в ряде актуальных направлений здорового образа жизни населения одно из главных мест занимает проблема мотивации к занятиям футболом среди студенческой молодежи.

Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка в лице студентов и преподавателей факультета физического воспитания обладает огромной спортивной силой и направленностью на укрепление здорового образа жизни и развитие спорта в нашей республике. Поэтому при формировании и сплочении команды преподаватели, которые выступают в роли тренеров, проводят различные воспитательные беседы, при этом воздействие на сознание личности происходит постепенно, не нарушая естественного хода развития желания принимать участие в спортивных мероприятиях, главным из которых является Универсиада.

Приведем примеры фрагментов воспитательных бесед. Так, в ходе беседы «Что такое мотивация в спорте?» для начала мы определили, что слово мотивация происходит от латинского глагола и означает «двигать». Поэтому мы пришли к умозаключению,

что мотивация- это психоактивный процесс, который не только движет, но и управляет человеком ради достижения заранее сформулированной цели. Мы считаем, что мотивация для занятия спортом – это достаточно сложный процесс, начало начал, даже более сложный, чем тренировочный процесс. На своем опыте мы рассказываем студентам, что спорт больших и великих достижений, это не мастерство и даже не талант. Это характер и проявление силы воли. Ни одна команда, ни один спортсмен не достиг бы своих спортивных рекордов и достижений без каждодневного труда, упорства и железной силы воли, когда личное «хочу» заменяется словом «надо».

Следующая беседа «Факторы для достижения успеха в спорте» проводится нами в период тренировочного процесса, используя наглядные примеры. Сначала мы задаем студентам общий проблемный вопрос и совместно находим на него ответ. «Что побуждает нас заниматься спортом?». Далее этот вопрос раскрываем через различные примеры. И группа студентов, в нашем случае, – это команда по мини-футболу, раскрывают мотивирующие факторы. Так, например, на вопрос «Как Вы понимаете такое выражение как достижение успеха?» студенты отвечают, что успех в футболе приносит удовольствие, это чувство дает возможность увидеть результат своего труда. И чем сложнее был тренировочный процесс для каждого спортсмена, тем выше будет степень удовлетворения полученным результатом. Таким образом, достигая успеха, мы стремимся еще лучше себя проявить.

Следующий вопрос, которые мы задавали нашим игрокам: «А как влияет на Вас признание со стороны других людей, членов команды, зрителей, болельщиков?». Такое чувство как признание – подпитывает осознание собственного достоинства и самоуважения. Тогда спортсмен чувствует себя «наравне с командой».

«Выступает ли возможность роста и развития мотивирующим фактором?» Все студенты, участвующие в беседе, положительно ответили на данный вопрос, так как такая возможность придает спортсмену уверенность в будущем и поддержку окружающих.

Содержание и наполнение спортивной тренировки также стимулирует развитие спортсмена.

Поэтому совместно с командой мы пришли к единому мнению, что мотивация выступает залогом успеха в ходе участия и в тренировочном процессе и в соревнованиях.

Также мы предлагаем студентам в ходе беседы поразмышлять и ответить на ряд вопросов: «Что важно для вас в данный момент? Определите цель и поставьте задачу на тренировке и начинайте движение к ней. Как правило, задача сама выступает на первый план и направляет вас вперед. Между сильным желанием достичь успеха и самим успехом существует прямая связь, если применить немного усилий. И через несколько тренировок студент станет еще лучше, со многих точек зрения.

Позитивный настрой также играет важную роль в ходе тренировки, и особенно в процессе игры на поле или в спортивном зале. Каждый шаг, приближающий цель, – это достижение. Когда обновленная нагрузка и физическая активность приобретут постоянный характер, мы понимаем, что результат стал лучше: повысится работоспособность, улучшится настроение. Даже если вы сами не заметите улучшения, вам укажет на это тренер».

Приведем фрагмент воспитательной беседы «Развитие футбольного ума». Преподаватель, тренер обращается к студентам со следующей идеей. «Хороший игрок должен думать головой, ведь сила приходит с возрастом, а вот футбольный ум надо развивать с детства. Вы должны вырабатывать в себе футбольные качества, для этого вы должны буквально «жить с мячом в ногах». В свободное время после занятий можно дополнительно тренироваться в зале или на поле, где скажет тренер. Вы должны видеть поле образно, что является одним из главных факторов, для достижения цели. Видеть перемещения игроков. Передачи вразрез бывают очень опасными для соперника. Вы можете подсказывать партнёрам, куда им забегать, где находиться, после этого у них появится уважение к вам. Просмотр футбольных матчей по телевизору тоже бывает очень полезен, из них можно извлекать выгоду, учиться чему-либо, изучая новые приемы».

Здоровительный эффект при игре в футбол обеспечивается динамической работой, разнообразной мышечной нагрузкой. Игра сопровождается развитием всех качественных сторон двигательной деятельности, совершенствованием вегетативных функций.

Футбол характеризуется работой переменной мощности, от умеренной до максимальной. Это способствует совершенствованию деятельности дыхательной и сердечно-сосудистой систем, которые должны быстро включаться в интенсивную работу и восстанавливаться при смене характера деятельности [1].

Изучение психолого-педагогических научных источников показывает, что возникающая на основе потребностей система мотивов определяет направленность личности, стимулирует и мобилизует ее на проявление активности: мотив физического совершенствования; соперничества; подражания; спортивный; процессуальный; игровой; комфортности и др.



Литература

1. Дисциплина и мотивация. Режим доступа: <https://www.championat.com>. – Дата доступа: 30.08.2019.

ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ В ГРОДНЕНСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЫ

Навойчик А.А., Навойчик В.П., Волоткович В.А.

г. Гродно, Республика Беларусь

The forms of organization of basketball competitions among university students are considered. Analyzed the criteria for the formation of student basketball teams, based on the results of competitions.

Баскетбол – один из популярнейших командных видов спорта. С течением времени многообразие форм его проведения достигло своего апогея. По всему миру проводятся чемпионаты и турниры, включающие разновидности соревновательных программ: классический баскетбол «пять на пять», «три на три», «один на один», конкурсы по броскам сверху, трёхочковым, на точность и акробатичность исполнения [1].

Целью нашей работы стал способ формирования студенческих сборных команд на основе результатов разнообразных видов соревнований по баскетболу.